

研修委員会たより



第53号

〈研修会報告〉

5月29日（火）、日本アンガーマネジメント協会 行本 匡子（ゆきもと きょうこ）様をお招きし、職員研修会「アンガーマネジメントを生活に活かす～怒りの奥にある感情を理解する～」を実施しました。職場だけでなく私生活でも生かせるお話で、ストレスをためないためにも、「まずは6秒」と思え研修だったのではないのでしょうか。研修会参加者 106名！！

アンケート回答

- ・怒りの根本は自分にある事、コントロール（トレーニング）次第で変える事が出来る事がわかった。
- ・境界線のルールを決める事は職場でも活用しようと思う。
- ・まずは考え方を意識するところから始めたいです。

アンケート回答者数 76名！
ご協力ありがとうございました！！



【編集後記】

〈次回職員研修会のお知らせ〉

『院内感染対策』

日時：平成30年7月20日（金）

17:30～18:30

場所：新館3階 地域交流ホーム「燦」

内容：「夏期の感染症対策について」

次回の研修会も
お楽しみに！！

梅雨に入り、雨はまだ少ないものの湿度の上昇で体力を奪われ、ちょっとした事にイライラしがちですが、「6秒」数えて心を落ち着けて、怒りも梅雨のジメジメもコントロールして、心穏やかに過ごしたいものです。

担当 支援センター松村

